ISSN 1790-6628

ΤΕΥΧΟΣ 67, ΕΤΟΣ 20
ΑΠΡΙΛΙΟΣ-ΜΑΪΟΣ-ΙΟΥΝΙΟΣ 2022

εξελίξεις ΣΤΗΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ
ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ

Αγαπητοί αναγνώστες,

Η ΕΙΕΠ συνεχίζει να εργάζεται συστηματικά για τη θεσμική αναγνώριση της παχυσαρκίας ως νόσου στην Ελλάδα. Έτσι, στις 11 Ιανουαρίου 2022, ο Γ. Γ. κ. Ε. Καπάντης συναντήθηκε διαδικτυακά με την Αναπληρώτρια Υπουργό Υγείας κ. Μίνα Γκάγκα, όπου έθεσε όλα τα χρονίζοντα και τρέχοντα θέματα σχετικά με την παχυσαρκία και τις επιπλοκές της, καθώς και επιστημονικά, επαγγελματικά και συνδικαλιστικά θέματα, και έγιναν προτάσεις για συνεργασία της ΕΙΕΠ με το Υπουργείο Υγείας για την ανάπτυξη και εφαρμογή των κατάλληλων πολιτικών και παρεμβάσεων σε θέματα πρόληψης και αντιμετώπισης της νόσου της παχυσαρκίας, καθώς και την εκπαίδευση των ιατρών και των επαγγελματιών υγείας, προς όφελος της κοινωνίας και της οικονομίας.
Στις 17 Μαρτίου 2022, ο κ. Ε. Καπάντης σε ομιλία του στη Βουλή των Ελλήνων, σε ημερίδα της Διαρκούς Επιτροπής Κοινωνικών Υποθέσεων της Βουλής, με θέμα: «Από την Παιδική Παχυσαρκία στην Επιδημία της Παχυσαρκίας», παρουσίασε σε ένα ευρύ ακροατήριο, παρουσία εκπροσώπων της Πολιτείας, της επιστημονικής κοινότητας κ.ά., άμεσα εφαρμόσιμες προτάσεις για μέτρα και παρεμβάσεις για τον έλεγχο και τη διαχείριση της παχυσαρκίας. Τόνισε επίσης, τη σημασία όχι μόνο της πρόληψης αλλά και της θεραπευτικής αντιμετώπισης του αυξημένου βάρους σε βάθος χρόνου με τη διατροφή, την άσκηση, τη σύγχρονη φαρμακευτική αγωγή και, όπου ενδείκνυται, με τη μεταβολική χειρουργική.
Πρωτεύων στόχος της ΕΙΕΠ παραμένει η κινητοποίηση της Πολιτείας σε μια εποχή που φαίνεται να υπάρχει πρόσφορο έδαφος για ανάληψη δράσης και μέτρων για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας των Ελλήνων πολιτών.

Σαρκοπενική παχυσαρκία

Επιμέλεια: Γιούλη Αργυρακοπούλου, MD, MSc, PhD
MSc στο Σακχαρώδη Διαβήτη και Παχυσαρκία, ΕΚΠΑ,
Παθολόγος- Διαβητολόγος
Διευθύντρια Διαβητολογικής Μονάδας, Ιατρείου Παχυσαρκίας & Ιατρείου Διαβητικών Εγκύων, Ιατρικό Κέντρο Αθηνών

Ο όρος «σαρκοπενική παχυσαρκία» έχει προταθεί για να προσδιορίσει την παχυσαρκία που χαρακτηρίζεται από μειωμένη μάζα αλλά και λειτουργικότητα των σκελετικών μυών. Μέχρι πρόσφατα δεν υπήρχε συναίνεση ως προς τον ορισμό της σαρκοπενικής παχυσαρκίας, ωστόσο η διάγνωση θα πρέπει να περιλαμβάνει τα κριτήρια τόσο για τη σαρκοπενία όσο και για την παχυσαρκία. Πρόσφατα δημοσιεύθηκε ένα consensus statement από την European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN) και την European Association for the Study of Obesity (EASO) αναφορικά με τον ορισμό και τα διαγνωστικά κριτήρια της σαρκοπενικής παχυσαρκίας. Η από κοινού διορισμένη διεθνής ομάδα εμπειρογνωμόνων προτείνει η σαρκοπενική παχυσαρκία να ορίζεται ως η συνύπαρξη περίσσειας λιπώδους μάζας σε συνδυασμό με χαμηλή μυϊκή μάζα/λειτουργικότητα. Η σαρκοπενία είναι συνηθέστερη στα ηλικιωμένα άτομα και στις γυναίκες έναντι των ανδρών. Η μείωση της περίσσειας λιπώδους ιστού, η οποία και αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο στη θεραπεία των ατόμων που ζουν με παχυσαρκία, έχει συχνά ως αποτέλεσμα την ταυτόχρονη μείωση της μυϊκής μάζας. Η χαμηλή μυϊκή μάζα μπορεί να οδηγήσει σε προϊούσα αδυναμία, αναπηρία, αυξημένη νοσηρότητα και θνησιμότητα. Ωστόσο, η κατανόηση της σημασίας της διατήρησης των σκελετικών μυών φαίνεται να περιορίζεται σε μεγάλο βαθμό στην επίδρασή της στη γήρανση των ασθενών και λιγότερο στην ομάδα των ασθενών με παχυσαρκία. Η μεταβολή στη μάζα των σκελετικών μυών δεν παρουσιάζει ομοιογένεια στα άτομα με παχυσαρκία ενώ και οι ετερογενείς φαινότυποι των ατόμων αυτών φαίνεται να συμβάλλουν στην ακόμα μικρότερη αναγνώρισή της.

Κατά τη διερεύνησή της θα πρέπει να περιλαμβάνεται η αξιολόγηση της λειτουργικότητας των σκελετικών μυών, ακολουθούμενη από αξιολόγηση της σύστασης του σώματος όπου παρουσία περίσσειας λιπώδους μάζας και χαμηλής σκελετικής μυϊκής μάζας επιβεβαιώνουν τη διάγνωση. Η σταδιοποίηση της νόσου γίνεται με βάση την παρουσία κλινικών επιπλοκών. Η βιβλιογραφία επιβεβαιώνει τη θετική συσχέτιση μεταξύ του δείκτη μάζας σώματος (ΔΜΣ) και της άλιπης μάζας. Μέτριες αυξήσεις στη μάζα των σκελετικών μυών προκύπτουν ως αποτέλεσμα της υψηλότερης μυϊκής εργασίας που προϋποθέτει το αυξημένο σωματικό βάρος καθώς και των πιθανών άμεσων αναβολικών επιδράσεων της υψηλότερης διαιτητικής πρόσληψης πρωτεϊνών. Ωστόσο, καθίσταται ολοένα και πιο σαφές ότι αλλαγές στο μεταβολισμό των σκελετικών μυών μπορεί να επισυμβούν στην παχυσαρκία, οδηγώντας σε σύσταση σώματος με υψηλότερη λιπώδη μάζα και σημαντική έκπτωση της μυϊκής μάζας. Διάφοροι πολύπλοκοι αλληλένδετοι μηχανισμοί μπορεί να συμβάλλουν σε αυτές τις αλλαγές. Οι πρωτογενείς μεταβολικές διαταραχές που συναντώνται στην παχυσαρκία όπως μεταξύ άλλων η συνεχής υποκλινική φλεγμονή μέσω της έκκρισης αδιποκινών από τον λιπώδη ιστό, το οξειδωτικό στρες και η αντίσταση στην ινσουλίνη, μπορούν να ευοδώσουν ένα μυοκαταβολικό δυναμικό και να προάγουν ένα είδος «αναβολικής αντίστασης» στους σκελετικούς μύες, αμβλύνοντας την απόκριση της πρωτεϊνικής σύνθεσης των μυών στα θρεπτικά συστατικά. Η έκτοπη συσσώρευση λίπους στους μύες, ως αποτέλεσμα της υπερβολικής διαθεσιμότητας ενέργειας, σχετίζεται και αυτή με τη συστηματική αντίσταση στην ινσουλίνη. Ομοίως, η παρατηρούμενη, σε μετέπειτα στάδια, μιτοχονδριακή δυσλειτουργία των σκελετικών μυών των ασθενών με παχυσαρκία, επιδεινώνει το οξειδωτικό στρες και τους σχετιζόμενους μεταβολικούς καταρράκτες που οδηγούν σε αντίσταση στην ινσουλίνη και σε καταβολισμό. Ενδεχομένως και η μείωση της παραγωγής ATP να οδηγεί σε χαμηλή μυϊκή ισχύ και αντοχή. Ακόμα ένας πιθανός εμπλεκόμενος μηχανισμός στον περιορισμό της διατήρησης της σκελετικής μυϊκής μάζας περιλαμβάνει τη δυσλειτουργία των αρχέγονων μυϊκών κυττάρων, τα οποία μπορούν να υποστούν διαφοροποίηση σε λιποκύτταρα. Επιπρόσθετα, η χαμηλή φυσική δραστηριότητα αποτελεί ένα θεμελιώδη σχετιζόμενο παράγοντα, ο οποίος και συχνά εξελίσσεται παράλληλα με την εξέλιξη της νόσου (αύξηση του σωματικού βάρους) λόγω της επιδείνωσης των μυοσκελετικών επιπλοκών της παχυσαρκίας και της αδυναμίας των ασθενών να ασκηθούν. Επίσης, συχνές συννοσηρότητες της παχυσαρκίας, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2, η χρόνια καρδιακή ανεπάρκεια, η χρόνια νεφρική νόσος, οι κακοήθειες κ.ά. μπορεί να δράσουν επιβαρυντικά προκαλώντας καταβολικές μεταβολές μέσω κοινών μονοπατιών που προαναφέρθηκαν όπως το αυξημένο οξειδωτικό στρες, οι φλεγμονώδεις βλάβες αλλά και μέσω μειωμένης αγγειακής αιμάτωσης (αθηροσκληρωτική νόσος, αυξημένο επικάρδιο λίπος κ.ά.), αλλά και λόγω της μειωμένης φυσικής δραστηριότητας εξαιτίας αυτών. Συμπερασματικά, πολλαπλοί μηχανισμοί είναι υπεύθυνοι για τις μεταβολικές διαταραχές του μυϊκού ιστού στην παχυσαρκία, ιδίως σε άτομα με μεγαλύτερη διάρκεια νόσου, επιπλοκών και συννοσηρότητων, καθώς και σε ηλικιωμένα άτομα που μπορεί να υποστούν επιπλέον μυϊκές μεταβολές λόγω της γήρανσης. Οι περισσότεροι μηχανισμοί μειώνουν άμεσα τον αναβολισμό των μυών, ενώ άλλοι φαίνεται να έχουν αρνητική δράση στην ποιότητα των μυών, δηλαδή στη δύναμη ανά μυϊκή μονάδα και στην αντοχή. Οι τελευταίες περιλαμβάνουν συσσώρευση μυϊκού λίπους που μειώνει την πυκνότητα και την ποιότητα των μυών, μιτοχονδριακή δυσλειτουργία με μειωμένη παραγωγή ATP και μέγιστη κατανάλωση οξυγόνου, που οδηγεί σε μειωμένη δύναμη και αντοχή.

Η αναγνώριση της σαρκοπενικής

	Παχυσαρκία	Σαρκοπενία	Σαρκοπενική Παχυσαρκία
ΔΜΣ	Υψηλός	Χαμηλός/Φυσιολογικός	Υψηλός
Λιπώδης Μάζα	Υψηλή	Χαμηλή/Φυσιολογική	Υψηλή
Μυϊκή Μάζα	Υψηλή/Φυσιολογική	Χαμηλή	Χαμηλή

Σαρκοπενική παχυσαρκία

παχυσαρκίας παρουσιάζει περιορισμούς στη μεθοδολογία που χρησιμοποιείται για τον προσδιορισμό των χαρακτηριστικών της (ανάλυση σύστασης σώματος, μυϊκή ισχύς ή καρδιοαναπνευστική ικανότητα και φυσική ικανότητα). Ωστόσο, παραμένει σημαντική, καθώς γνωρίζουμε ότι άτομα με παχυσαρκία και χαμηλή μυϊκή μάζα είχαν υψηλότερο κίνδυνο ανάπτυξης αδυναμίας και αναπηρίας και επομένως κακή ποιότητα ζωής, ενώ ο κίνδυνος αυτός φαίνεται ότι είναι σημαντικά υψηλότερος από αυτόν που παρατηρείται σε λεπτόσωμα άτομα με παρόμοιες μυϊκές μεταβολές.

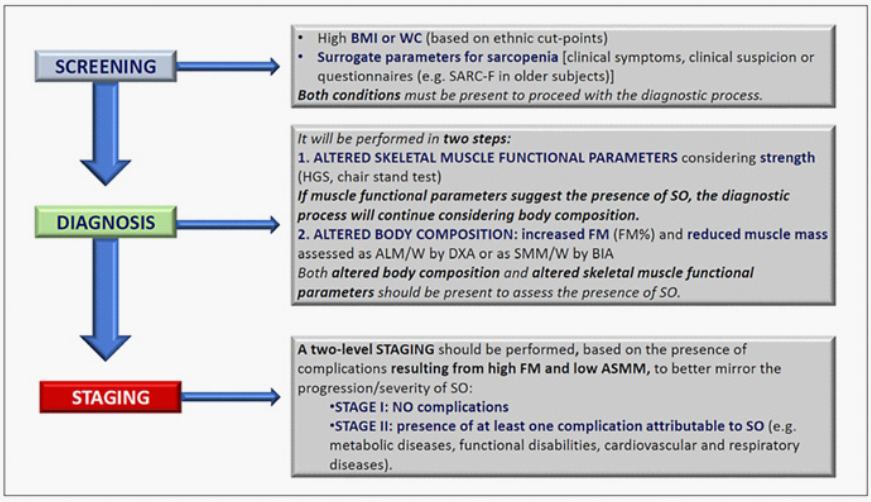
Η χαμηλή ή φθίνουσα μυϊκή μάζα αναδύεται ως αρνητικός προγνωστικός παράγοντας που σχετίζεται με υψηλότερη νοσηρότητα και θνησιμότητα σε ασθενείς με παχυσαρκία που πάσχουν από χρόνιες παθήσεις. Για παράδειγμα, η χαμηλή ικανότητα για φυσική δραστηριότητα σε άτομα με παχυσαρκία και καρδιακή ανεπάρκεια προέβλεπε κακή έκβαση ενώ και σε άτομα με χρόνια νεφρική νόσο, οι μεταβολές στη μυϊκή μάζα ήταν καθοριστικός παράγοντας επιβίωσης ανεξάρτητα από τις μεταβολές στο συνολικό σωματικό βάρος. Αναδεικνύεται, έτσι, ο σημαντικός ρόλος της μυϊκής μάζας στη νοσηρότητα και θνησιμότητα των ασθενών με παχυσαρκία και κατ' αντιστοιχία η πιθανή βελτίωση της νοσηρότητας και θνησιμότητας που σχετίζεται με την παχυσαρκία όταν εφαρμόζονται μέτρα πρόληψης και/ή θεραπείας των μεταβολών της μυϊκής μάζας.

Ο κίνδυνος απώλειας και δυσλειτουργίας των σκελετικών μυών πρέπει να αξιολογείται σε άτομα με παχυσαρκία, ιδιαίτερα παρουσία προχωρημένης ηλικίας (>65 ετών) ή όταν εμφανίζονται ταυτόχρονες μεταβολικές επιπλοκές, χρόνια νοσήματα ή/και οξείες επιπλοκές. Η σαρκοπενική παχυσαρκία μπορεί να εμπλέκεται στην εμφάνιση ΣΔΤ2, μη αλκοολικής λιπώδους διήθησης του ήπατος, δυσλιπιδαιμίας, αρτηριακής υπέρτασης και καρδιοαγγειακής νόσου κ.α. Τέλος, είναι σημαντική η παρακολούθηση της λειτουργίας και της μάζας των σκελετικών μυών προκειμένου να προληφθεί ή ελαχιστοποιηθεί η απώλειά τους σε ασθενείς που υποβάλλονται σε μεταβολική χειρουργική (μεταξύ άλλων λόγω της ταχείας απώλειας σωματικού βάρους).

Η σαρκοπενική παχυσαρκία παραμένει σε μεγάλο βαθμό αδιάγνωστη. Η παθογένειά της φαίνεται να είναι πολυπαραγοντική (αλληλεπίδραση της γήρανσης, της μειωμένης σωματικής άσκησης, της αντίστασης στην ινσουλίνη, της φλεγμονής, του οξειδωτικού στρες κ.λπ), με αποτέλεσμα την ποσοτική και ποιοτική μείωση της μυϊκής μάζας και την αύξηση της λιπώδους μάζας. Η υποθερμιδική διατροφή, η άσκηση και η επαρκής πρόσληψη πρωτεϊνών αποτελούν τον ακρογωνιαίο λίθο στη σωστή διαχείριση των ασθενών αυτών. Η απώλεια βάρους χωρίς άσκηση σε άτομα με σαρκοπενική παχυσαρκία έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση της λιπώδους μάζας, αλλά αναπόφευκτα παρατηρείται μείωση της άλιπης μάζας, επιδεινώνοντας έτσι τη σαρκοπενία. Ο καλύτερος τύπος άσκησης δεν έχει ακόμη καθοριστεί, αλλά τα διαθέσιμα δεδομένα υποδεικνύουν ότι η άσκηση με αντίσταση ή ο συνδυασμός αερόβιας και άσκησης αντίστασης είναι ενδεχομένως η καλύτερη επιλογή.

Table 1. Clinical symptoms or suspicion factors for the screening of sarcopenic obesity

Age >70 years
Chronic disease diagnosis (e.g., inflammatory diseases and organ failure or chronic disease) including but not limited to:
Chronic heart failure
Chronic kidney disease (particularly renal replacement therapy)
Chronic bowel failure or dysfunction
Chronic liver disease (particularly NASH and liver cirrhosis)
Chronic respiratory disease
Chronic neurologic and neurodegenerative diseases
Chronic cognitive impairment
Depression
Organ transplantation
Endocrine diseases (e.g., metabolic syndrome, diabetes mellitus, hypercortisolism, hypogonadism and corticoid treatment)
Osteoarthritis
Cancer (especially but not limited to chemotherapy of breast or prostate cancer)
Recent acute disease/nutritional events:
Recent hospitalization (particularly but not limited to COVID-19, ICU stay, surgery)
Recent major surgery or trauma with/without complications
Recent sustained immobilization or reduced mobility (e.g., trauma, fracture, orthopaedic disease)
Recent history of reduced food intake (e.g., <50% for >2 weeks)
Recent weight loss (including diet-induced voluntary weight loss and weight cycling syndrome)
Recent rapid increase in weight
Long-standing restrictive diets and bariatric surgery
History – complaint of:
Repeated falls
Weakness, exhaustion
Fatigability
Perceived progressive movement limitations



Barazzoni R, Bischoff S, Boirie Y, Busetto L, Cederholm T, Dicker D, Toplak H, Van Gossum A, Yumuk V, Vettor R. Sarcopenic Obesity: Time to Meet the Challenge. Obes Facts. 2018;11(4):294-305.

Polyzos SA, Margioris AN. Sarcopenic obesity. Hormones (Athens). 2018 Sep;17(3):321-331.

Donini LM, Busetto L, Bischoff SC, Cederholm T, Ballesteros-Pomar MD, Batsis JA, Bauer JM, Boirie Y, Cruz-Jentoft AJ, Dicker D, Frara S, Frühbeck G, Genton L, Gepner Y, Giustina A, Gonzalez MC, Han HS, Heymsfield SB, Higashiguchi T, Laviano A, Lenzi A, Nyulasi I, Parrinello E, Poggiogalle E, Prado CM, Salvador J, Rolland Y, Santini F, Serlie MJ, Shi H, Sieber CC, Siervo M, Vettor R, Villareal DT, Volkert D, Yu J, Zamboni M, Barazzoni R. Definition and Diagnostic Criteria for Sarcopenic Obesity: ESPEN and EASO Consensus Statement. Obes Facts. 2022 Feb 23:1-15.

Abbreviations: ALM/W, appendicular lean mass adjusted to body weight; ASMM, absolute skeletal muscle mass; BIA, bioelectrical impedance analysis; BMI, body mass index; DXA, dual X-ray absorptiometry; FM, fat mass; HGS, handgrip strength; SMM/W, total skeletal muscle mass adjusted by weight; SO, sarcopenic obesity; WC, waist circumference; SARC-F, strength, assistance with walking, rising from a chair, climbing stairs and fall

Νέα από τη διεθνή επιστημονική βιβλιογραφία

Επιμέλεια:

Γιούλη Αργυρακοπούλου, MD, MSc, PhD
MSc στο Σακχαρώδη Διαβήτη και Παχυσαρκία, ΕΚΠΑ,
Παθολόγος- Διαβητολόγος
Διευθύντρια Διαβητολογικής Μονάδας, Ιατρείου Παχυσαρκίας & Ιατρείου Διαβητικών Εγκύων, Ιατρικό Κέντρο Αθηνών

Σίσσυ Κωνσταντινίδου, MSc,PhDc
MSc in Clinical Pharmacy, International Practice and Policy, University College London
Κλινικός Φαρμακοποιός, Υπεύθυνη Τμήματος Κλινικής Φαρμακευτικής, Ιατρικό Κέντρο Αθηνών

Τα άτομα με σακχαρώδη διαβήτη που τρώνε λιγότερα επεξεργασμένα τρόφιμα τη νύχτα μπορεί να ζήσουν περισσότερο

Σύμφωνα με νέα μελέτη που δημοσιεύτηκε στο Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism, η ώρα της ημέρας που τα άτομα που πάσχουν από σακχαρώδη διαβήτη τρώνε ορισμένα τρόφιμα μπορεί να είναι εξίσου σημαντική για το προσδόκιμο ζωής τους με το μέγεθος της μερίδας και τις θερμίδες. Οι ώρες των γευμάτων μπορούν να τροποποιηθούν και η υγεία των ατόμων με διαβήτη μπορεί να βελτιωθεί εάν καταναλωθούν ορισμένα τρόφιμα σε διαφορετικές ώρες της ημέρας.

Πρωτότυπος τίτλος άρθρου

The Association of Consumption Time for Food With Cardiovascular Disease and All-Cause Mortality Among Diabetic Patients Από τους Wenbo Jiang, Qingrao Song, Jia Zhang, Yunyan Chen, Hongyan Jiang, Yujia Long, Ying Li, Tianshu Han, Hongru Sun, Wei Wei. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism. March 2022. https://doi.org/10.1210/clinem/dgac069

Σκοπός της μελέτης

Σκοπός της μελέτης είναι να διερευνηθεί εάν ο χρόνος πρόσληψης τριών γευμάτων σχετίζεται με τη μακροπρόθεσμη επιβίωση σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη.

Photo by Pixabay

Μεθοδολογία

Η μελέτη περιλάμβανε 4642 διαβητικούς ασθενείς που συμμετείχαν στην National Health and Nutrition Examination Survey από το 2003 έως το 2014. Τα τρόφιμα που καταναλώθηκαν κατά τη διάρκεια της ημέρας, συμπεριλαμβανομένου του μεσημεριανού, του απογευματινού και του βραδινού, χωρίστηκαν σε μερίδες με βάση την κατανομή τους. Χρησιμοποιήθηκαν μοντέλα αναλογικών κινδύνων Cox για την ανάλυση της σχέσης μεταξύ του χρόνου πρόσληψης τροφής και της θνησιμότητας.

Αποτελέσματα

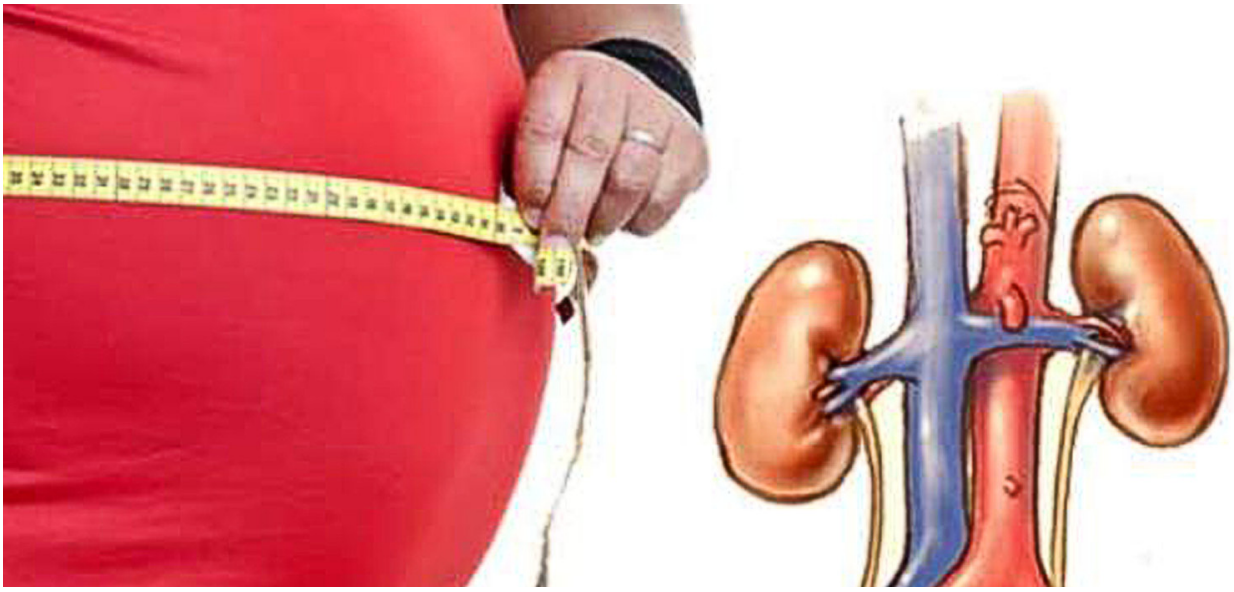
Όσον αφορά το μεσημέρι, σε σύγκριση με τους συμμετέχοντες με τη χαμηλότερη ποσότητα βρώσης πατάτας και αμυλούχων λαχανικών, οι συμμετέχοντες που ανήκαν στην υψηλότερη ομάδα βρώσης αυτών, είχαν χαμηλότερο κίνδυνο θνησιμότητας για καρδιαγγειακή νόσο [HR πατάτας = 0,46, 95% CI 0,24-0,89; HR άμυλο-φυτικό = 0,32, 95% CI 0,15-0,72]. Το απόγευμα, οι συμμετέχοντες που κατανάλωναν δημητριακά ολικής αλέσεως είχαν χαμηλότερη θνησιμότητα από καρδιαγγειακή νόσο (HR δημητριακών ολικής αλέσεως = 0,67, 95% CI 0,48-0,95). Το βράδυ, η ομάδα του υψηλότερου ποσοστού πρόσληψης σκουρόχρωμων λαχανικών και γάλακτος σχετίζεται με χαμηλότερο κίνδυνο θνησιμότητας από καρδιαγγειακά νοσήματα (HR σκούρων λαχανικών = 0,55, 95% CI 0,35-0,87, HR γάλακτος = 0,56, 95% CI 0,36-0,88) και θνησιμότητας όλων των αιτιών (HR γάλακτος = 0,71, 95% CI 0,54-0,92), ενώ οι συμμετέχοντες στην υψηλότερη ποσότητα πρόσληψης επεξεργασμένου κρέατος είναι πιο πιθανό να πεθάνουν λόγω καρδιαγγειακής νόσου (HR επεξεργασμένου κρέατος = 1,74, 95% CI 1,07-28). Η ισοθερμιδική αλλαγή 0,1 μερίδας πατάτας ή αμυλούχου λαχανικού που καταναλώνεται το απόγευμα ή το βράδυ στο μεσημέρι, 0,1 μερίδας σκούρων λαχανικών που καταναλώνονται το απόγευμα στο βράδυ και 0,1 μερίδας δημητριακών ολικής αλέσεως που καταναλώνεται το μεσημέρι στο απόγευμα μειώνει τον κίνδυνο θνησιμότητας από καρδιαγγειακά νοσήματα.

Συμπέρασμα

Η υψηλότερη πρόσληψη πατάτας ή αμυλούχου λαχανικού το μεσημέρι, δημητριακών ολικής αλέσεως το απόγευμα και σκουρόχρωμων λαχανικών και γάλακτος το βράδυ και η χαμηλότερη πρόσληψη επεξεργασμένου κρέατος το βράδυ, συσχετίστηκε με καλύτερη μακροπρόθεσμη επιβίωση σε άτομα με διαβήτη.

Νέα από τη διεθνή επιστημονική βιβλιογραφία

Η παχυσαρκία είναι πιο διαδεδομένη σε άτομα με σακχαρώδη διαβήτη τύπου 1 από ό,τι πιστεύαμε



Τα άτομα με σακχαρώδη διαβήτη τύπου 1 (ΣΔτ1) θα πρέπει να ελέγχονται τακτικά για παχυσαρκία και χρόνια νεφρική νόσο, σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύτηκε στο Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism. Η μελέτη έδειξε ότι τα ποσοστά παχυσαρκίας σε ενήλικες με ΣΔτ1 αυξάνονται και αντικατοπτρίζουν τα ποσοστά στο γενικό ενήλικο πληθυσμό. Επιπλέον διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο χρόνιας νεφρικής νόσου σε σύγκριση με άτομα που πάσχουν από σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2 (ΣΔτ2).

Πρωτότυπος τίτλος άρθρου

Obesity and Chronic Kidney Disease in US Adults With Type 1 and Type 2 Diabetes Mellitus

Amelia S Wallace, Alex R Chang, Jung-Im Shin, Jodie Reider, Justin B Echouffo-Tcheugui, Morgan E Grams, Elizabeth Selvin. The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, dgab927, https://doi.org/10.1210/clinem/dgab927

Σκοπός της μελέτης

Η παχυσαρκία αποτελεί μια παγκόσμια πρόκληση για τη δημόσια υγεία και συνδέεται στενά με τον ΣΔτ2. Ωστόσο, οι συνέπειές της παχυσαρκίας σε άτομα με ΣΔτ1, όπως και η σχέση μεταξύ παχυσαρκίας και χρόνιας νεφρικής νόσου (ΧΝΝ) στο ΣΔτ1 δεν είναι ακόμα καλά μελετημένες.

Μεθοδολογία

Στη μελέτη αυτή συμπεριλήφθηκαν όλα τα άτομα με ΣΔτ1 και ΣΔτ2 στο σύστημα υγείας Geisinger από το 2004 έως το 2018. Αξιολογήθηκαν η τάση στην παχυσαρκία (ΔΜΣ ≥ 30 kg/m^2), ο χαμηλός εκτιμώμενος ρυθμός σπειραματικής διήθησης (eGFR ≤60mL/min/1,73m^2), και η αλβουμινουρία (λόγος αλβουμίνης ούρων προς κρεατινίνη ≥ 30mg/g). Χρησιμοποιήθηκε πολυμεταβλητή λογιστική παλινδρόμηση για να αξιολογηθεί η ανεξάρτητη συσχέτιση της παχυσαρκίας με τη ΧΝΝ το 2018.

Αποτελέσματα

Τα άτομα με ΣΔτ1 ήταν νεότερα σε σύγκριση με αυτά με ΣΔτ2 (διάμεση ηλικία 39 έναντι 62 έτη). Η παχυσαρκία αυξήθηκε στα άτομα με ΣΔτ1 με την πάροδο του χρόνου (32,6% το 2004 έναντι 36,8% το 2018), ενώ η παχυσαρκία στο ΣΔτ2 ήταν σταθερή περίπου στο 60%. Ο επιπολασμός του χαμηλού eGFR ήταν υψηλότερος στο ΣΔτ2 από ότι στο ΣΔτ1 όλα τα χρόνια (π.χ. 30,6% έναντι 16,1% το 2018), αλλά μετά την προσαρμογή για τις διαφορές ηλικίας, ο επιπολασμός ήταν υψηλότερος στο ΣΔτ1 από το ΣΔτ2 σε όλα τα χρόνια (π.χ. 16,2% έναντι 9,3% το 2018). Η παχυσαρκία συσχετίστηκε με αυξημένες πιθανότητες χαμηλού eGFR στο ΣΔτ1 [AOR = 1,52, 95% CI 1,12-2,08] και ΣΔτ2 (AOR = 1,29, 95% CI 1,23-1).

Συμπέρασμα

Η παχυσαρκία αυξάνεται σε άτομα με ΣΔτ1 και σχετίζεται με αυξημένο κίνδυνο ΧΝΝ. Λαμβάνοντας υπόψιν την ηλικία, οι επιπτώσεις της ΧΝΝ στο ΣΔτ1 ήταν μεγαλύτερες από το ΣΔτ2, υποδηλώνοντας την ανάγκη για αυξημένη επαγρύπνηση και αξιολόγηση των νεφροπροστατευτικών φαρμάκων στο ΣΔτ1.

Τα Νέα της ΕΙΕΠ

Συνάντηση Γενικού Γραμματέα κ. Ε. Καπάνταη με την Αναπληρώτρια Υπουργό Υγείας κ. Μίνα Γκάγκα

Κατόπιν επιστολής του Δ.Σ. της ΕΙΕΠ, στις 3/11/2021, προς τον Υπουργό Υγείας και την Αναπληρώτρια Υπουργό Υγείας, με σχετικό αίτημα, πραγματοποιήθηκε διαδικτυακή συνάντηση του Γενικού Γραμματέα της ΕΙΕΠ, κ. Ε. Καπάνταη με την Αναπληρώτρια Υπουργό Υγείας κ. Μίνα Γκάγκα, την Τρίτη 11/1/2022. Ο κ. Καπάνταης έθεσε όλα τα θέματα που αφορούν την παχυσαρκία, την πρόληψη αλλά και τη θεραπευτική αντιμετώπιση, και τόνισε την επιτακτική ανάγκη διαχείρισης της πολυπαραγοντικής αυτής νόσου, η οποία οφείλει να λαμβάνει χώρα από εξειδικευμένο επιστημονικό προσωπικό, ικανό να εκτιμήσει σφαιρικά τον ασθενή και τα προβλήματά του στο σύνολό τους. Τέλος, δήλωσε ότι η ΕΙΕΠ είναι έτοιμη και πρόθυμη να συνδράμει την Ελληνική Πολιτεία στην εκπαίδευση των ιατρών και των λοιπών επαγγελματιών υγείας που θα στελεχώσουν Ιατρεία Παχυσαρκίας, αλλά και στην εκπόνηση επιστημονικών και ενημερωτικών κοινωνικών δράσεων για θέματα που άπτονται της παχυσαρκίας, τόσο σε επίπεδο πρόληψης όσο και σε επίπεδο θεραπείας.

Παγκόσμια Ημέρα Παχυσαρκίας 4 Μαρτίου 2022

Συνέντευξη Τύπου ΕΙΕΠ-ΕΧΕΠ, 2/3/022

Η ΕΙΕΠ, στο πλαίσιο των δράσεων για τον εορτασμό από τη διεθνή κοινότητα της Παγκόσμιας Ημέρας Παχυσαρκίας στις 4 Μαρτίου 2022, με θέμα: «Everybody needs to act», σε συνεργασία με την Ελληνική Χειρουργική Εταιρεία Παχυσαρκίας παραχώρησε συνέντευξη τύπου στις 2 Μαρτίου 2022. Στη Συνέντευξη Τύπου με θέμα: "Παχυσαρκία 2022: Ανοίγουμε τον Ελληνικό Φάκελο", παρουσιάσθηκε η μελέτη για την ολιστική αντιμετώπιση της Παχυσαρκίας ως χρόνιας νόσου στην ελληνική πραγματικότητα. Ομιλητές ήταν ο κ. Ε. Καπάνταης, Γενικός Γραμματέας της Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας και ο κ. Γ. Σκρουμπής, Πρόεδρος της Ελληνικής Χειρουργικής Εταιρείας Παχυσαρκίας. Το Δελτίο Τύπου δημοσιεύθηκε σε 79 ιστότοπους ιατρικού, ενημερωτικού και γενικού περιεχομένου και σε 5 έντυπα μέσα ενημέρωσης όπως τα Health Daily & Health News, κ.ά. Επίσης, η ΕΙΕΠ συνεργάστηκε τόσο με το World Obesity Federation (WOF), το European Association for the Study of Obesity (EASO), όσο και με το International Sweeteners Association (ISA) με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση του κοινού για την ανάγκη πρόληψης και αντιμετώπισης της παχυσαρκίας. Συγκεκριμένα, σε συνεργασία με το International Sweeteners Association δημιουργήθηκε ένα βίντεο με τα μηνύματα του WOF για την Παγκόσμια Ημέρα Παχυσαρκίας, το οποίο προβλήθηκε σε ιστοσελίδες και social media. Στο βίντεο αυτό ο Αντιπρόεδρος της ΕΙΕΠ, κ. Α. Κόκκινος μιλά για το σημαντικό ρόλο του επαγγελματία υγείας στην αντιμετώπιση και τον τρόπο διαχείρισης του παχύσαρκου ασθενούς. Η ΕΙΕΠ μετέφρασε και ανάρτησε στην ιστοσελίδα της και στο facebook https://www.facebook.com/eiephmao, τα μηνύματα που έχει δημιουργήσει ο WOF, με στοιχεία και δεδομένα παγκόσμια, τα οποία αφορούν τον παχύσαρκο, τον επαγγελματία υγείας αλλά και όλους τους πολίτες για το μείζον πρόβλημα της παχυσαρκίας.

16ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο Παχυσαρκίας, 17-19/3/2022

Διαδικτυακή διεξαγωγή

Το 16ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο Παχυσαρκίας, με ένα εξαιρετικά ενδιαφέρον επιστημονικό πρόγραμμα που περιλάμβανε στρογγυλά τραπέζια, κλινικά φροντιστήρια και διαλέξεις, με σταθερές και γόνιμες συνεργασίες με επιστημονικές εταιρείες συναφών αντικειμένων, έλαβε χώρα, διαδικτυακά, στις 17-19 Μαρτίου 2022. Στο 16ο Πανελλήνιο Ιατρικό Συνέδριο συμμετείχαν οι Εταιρείες: Πανελλήνιος Σύλλογος Διαιτολόγων-Διατροφολόγων, Ελληνική Εταιρεία Εσωτερικής Παθολογίας, Ελληνική Διαβητολογική Εταιρεία, ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ -Εταιρεία Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής Ελλάδος (ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ-Ε.Γ.Ο.Ι.Ε.), Διαβητολογική Εταιρεία Βορείου Ελλάδος, Ελληνική Εταιρεία Παιδικής & Εφηβικής Παχυσαρκίας, Ελληνική Εταιρεία Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής ΕΛΕΓΕΙΑ, Ελληνική Εταιρεία Κλινικής Ψυχοφαρμακολογίας, Ελληνική Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης, Εταιρεία Αθηροσκλήρωσης Βορείου, Ελληνική Ενδοκρινολογική Εταιρεία, Εταιρεία Μελέτης Παραγόντων Κινδύνου για Αγγειακά Νοσήματα ΕΜΠαΚΑΝ, Ινστιτούτο Μελέτης, Έρευνας & Εκπαίδευσης για το Σακχαρώδη Διαβήτη και τα Μεταβολικά Νοσήματα, Ελληνική Χειρουργική Εταιρεία Παχυσαρκίας. Στους συμμετέχοντες στο συνέδριο χορηγήθηκαν 24 μόρια Συνεχιζόμενης Ιατρικής Εκπαίδευσης (CME-CPD Credits). Ως είθισται, βραβεύθηκαν οι τρεις καλύτερες εργασίες. Η αξιολόγηση του συνεδρίου τόσο οργανωτικά αλλά κυρίως στο επιστημονικό πρόγραμμα ήταν εξαιρετικά υψηλή.

Τα Νέα της ΕΙΕΠ

Συνεργασία της ΕΙΕΠ με την Ελληνική Χειρουργική Εταιρεία Παχυσαρκίας για τη δημιουργία του Ελληνικού Φακέλου για την Παχυσαρκία

Ο κ. Ε. Καπάνταης, εκ μέρους της ΕΙΕΠ, και ο κ. Γ. Σκρουμπής, εκ μέρους της ΕΧΕΠ, συνεργάσθηκαν συστηματικά για τη δημιουργία ενός φακέλου για την παχυσαρκία, με την πρόθεση να κατατεθεί στο Υπουργείο Υγείας. Ο Φάκελος για την Παχυσαρκία περιλαμβάνει προτάσεις για την πρόληψη και για τη θεραπεία της παχυσαρκίας χειρουργικά και μη χειρουργικά, αλλά και προτάσεις για δράσεις για την ενημέρωση του κοινού και την κάλυψη απαραίτητων εξόδων για τους παχύσαρκους ασθενείς, που σήμερα δεν καλύπτονται, όπως η παρακολούθηση σε βάθος χρόνου των ασθενών αυτών (χειρουργημένων και μη). Επίσης, βασική στρατηγική αποτελεί η δημιουργία Εθνικής Βάσης Καταγραφής των βαριατρικών επεμβάσεων και ειδικότερα για τους Παχύσαρκους ασθενείς με Διαβήτη Τύπου 2 για τη δημιουργία ενός στοχευμένου και εξορθολογισμένου Κλειστού Ενοποιημένου Νοσηλίου (ΚΕΝ).

Συνεργασία της ΕΙΕΠ με την Ελληνική Διαβητολογική Εταιρεία

Η ΕΙΕΠ απεδέχθη την πρόταση της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρείας για σύσταση Ομάδας Εργασίας, αποτελούμενη τόσο από μέλη της ΕΔΕ όσο και από μέλη της ΕΙΕΠ, με στόχο τη συνεργασία για τον συγκερασμό των νεότερων επιστημονικών δεδομένων όσον αφορά τα άτομα με σακχαρώδη διαβήτη ή προδιαβήτη, για την παροχή ποιοτικότερων υπηρεσιών υγείας στα άτομα αυτά. Εκ μέρους της ΕΔΕ συμμετάσχουν οι κ.κ. Α. Κόκκινος, Λ. Λαναράς και Μ. Μπριστιάνου, ενώ εκ μέρους της ΕΙΕΠ συμμετέχουν οι κ.κ. Ε. Καπάνταης, Γ. Βαλσαμάκης και Γ. Αργυρακοπούλου.

Συνεργασία της ΕΙΕΠ με το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης για το Εθνικό Σχέδιο Δράσης Εγγύησης για τα Παιδιά

Το Συμβούλιο της Ευρωπαϊκής Ένωσης, λαμβάνοντας υπόψη τη σχετική πρόταση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την καταπολέμηση της φτώχειας και του κοινωνικού αποκλεισμού των παιδιών, προχώρησε στη θέσπιση της Ευρωπαϊκής Εγγύησης για τα Παιδιά. Το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικής Αλληλεγγύης (Ε.Κ.Κ.Α.). έχει ορισθεί ως ο Εθνικός Συντονιστής της Εγγύησης για τα Παιδιά στην Ελλάδα, για τον αποτελεσματικό συντονισμό, την παρακολούθηση της εφαρμογής της Σύστασης, καθώς για την εκπόνηση του Εθνικού Σχεδίου Δράσης το οποίο θα αποσταλεί στην Ευρωπαϊκή Επιτροπή. Το συνολικό πρόγραμμα στοχεύει στην διασφάλιση ότι όλα τα παιδιά θα έχουν πρόσβαση σε βασικές υπηρεσίες στους ακόλουθους πέντε (5) τομείς θεμελιακών δικαιωμάτων των παιδιών: Προσχολική αγωγή και φροντίδα, Εκπαίδευση, Υγειονομική περίθαλψη, Κατάλληλη στέγαση, Επαρκής/υγιεινή διατροφή. Η ΕΙΕΠ, με εκπρόσωπο τον Ταμία της κ. Π. Φαρατζιάν, και αναπληρωματικό μέλος τον Γενικό Γραμματέα κ. Ε. Καπάνταη, κατόπιν πρόσκλησης από το ΕΚΚΑ, συμμετείχε στην εκπόνηση του Εθνικού Σχεδίου Δράσης για το Παιδί σε συνεργασία με το Φορέα, και συγκεκριμένα στον πυλώνα που αφορά στην καταγραφή της υφιστάμενης κατάστασης και τα προτεινόμενα μέτρα και πολιτικές για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παιδικής παχυσαρκίας και πρόσβασης σε υγιεινή διατροφή των παιδιών σε φτώχεια ή σε κίνδυνο κοινωνικού αποκλεισμού. Η ΕΙΕΠ κατέθεσε προτάσεις-παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της παιδικής & εφηβικής παχυσαρκίας στην Ελλάδα που χαρακτηρίζονται από επιστημονικές έρευνες ως cost-effective.

Τα Νέα της ΕΙΕΠ

Συμμετοχή της ΕΙΕΠ στην πρωτοβουλία Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας

Σημαντικό γεγονός τόσο για την ΕΙΕΠ όσο και για τα θέματα παχυσαρκίας στην Ελλάδα είναι η συμμετοχή της ΕΙΕΠ στην πρωτοβουλία Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας, ενός νεοσύστατου άτυπου δικτύου επιστημονικών εταιρειών, πανεπιστημίων και άλλων φορέων, που έχει ως στόχο την ευαισθητοποίηση της κοινωνίας για τους κινδύνους της παχυσαρκίας για την υγεία, και την σύνταξη του «Οδικού χάρτη» για την ανάπτυξη των κατάλληλων πολιτικών, για την ευαισθητοποίηση των πολιτών και την εκπαίδευση των επαγγελματιών υγείας. Η ΕΙΕΠ εκπροσωπείται στη Συμμαχία από τον Γενικό Γραμματέα Ε. Καπάνταη. Η Συμμαχία διοργανώνει επιστημονικές εκδηλώσεις με στόχο να δημοσιοποιηθεί ευρύτερα η πρωτοβουλία, καθώς η καταπολέμηση της παχυσαρκίας αποτελεί θεμέλιο για την επίτευξη των παγκόσμιων στόχων για την βιώσιμη ανάπτυξη, μέσω της μείωσης της θνησιμότητας από τα μη μεταδιδόμενα νοσήματα.

Στην πρωτοβουλία συμμετέχουν επιστημονικές εταιρείες και φορείς όπως: Ελληνική Διαβητολογική Εταιρεία | Ελληνική Ενδοκρινολογική Εταιρεία | Ελληνική Επιστημονική Εταιρεία Οικονομίας και Πολιτικής της Υγείας – Ε.Ε.Ε.Ο.Π.Υ. | Ελληνική Εταιρεία Δημόσιας Υγείας | Ελληνική Εταιρεία Λιπιδιολογίας και Αθηροσκλήρωσης – Ε.Ε.ΛΙ.Α. | Ελληνική Εταιρεία Μελέτης Παχυσαρκίας, Μεταβολισμού και Διαταραχών Διατροφής – Ε.ΠΑ.ΜΕ.ΔΙ. | Ελληνική Ιατρική Εταιρεία Παχυσαρκίας | Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας – ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. | Ελληνική Καρδιολογική Εταιρεία | Ελληνικό Κολλέγιο Καρδιολογίας | Ελληνική Παιδιατρική Εταιρεία | Εταιρεία Γενικής / Οικογενειακής Ιατρικής Ελλάδος – ΙΠΠΟΚΡΑΤΗΣ | Εταιρεία Εσωτερικής Παθολογίας | Ιατρική Εταιρεία Αθηνών | Ινστιτούτο Κοινωνικής και Προληπτικής Ιατρικής – Ι.Κ.Π.Ι.

Περισσότερες πληροφορίες στο διαδικτυακό τόπο: www.action4obesity.gr

Ετήσια Γενική Συνέλευση ΕΙΕΠ 2022

Την Τρίτη 29 Μαρτίου 2022, πραγματοποιήθηκε η δεύτερη, εξ αναβολής λόγω μη επίτευξης απαρτίας κατά την πρώτη, Ετήσια Γενική Συνέλευση της ΕΙΕΠ, σύμφωνα με το Καταστατικό, στο ξενοδοχείο Royal Olympic, με τα ακόλουθα θέματα ημερήσιας διάταξης:

- Λογοδοσία του Διοικητικού Συμβουλίου επί των πεπραγμένων 1/11/2021-31/12/2021
- Υποβολή Ισολογισμού-Απολογισμού 1/10/2021-31/12/2021
- Έγκριση πεπραγμένων και διαχείρισης και απαλλαγή από κάθε ευθύνη

Προβολή Τηλεοπτικού Κοινωνικού Μηνύματος ΕΙΕΠ

Το διάστημα 1/3-31/3/2022, όπως συνηθίζει σε τακτά διαστήματα, η ΕΙΕΠ προχώρησε στην προβολή του τηλεοπτικού κοινωνικού μηνύματός της, κατόπιν έγκρισης της Ειδικής Τριμελούς Επιτροπής Εγκρίσεως Κοινωνικών Μηνυμάτων του Εθνικού Ραδιοτηλεοπτικού Συμβουλίου, σε 17 τηλεοπτικούς σταθμούς εθνικής εμβέλειας και σε πολλούς περιφερειακούς σταθμούς, με στόχο την ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των Ελλήνων πολιτών για τη νόσο της παχυσαρκίας.

Συνέντευξη σε Ραδιοφωνική Εκπομπή

Το Σάββατο 26/2/2022 ο κ. Ε. Καπάνταης παραχώρησε ραδιοφωνική συνέντευξη για την παχυσαρκία στη δημοσιογράφο Βίκυ Καρατζαφέρη, που επιμελείται την εκπομπή This is Alpha, κάθε Σάββατο και Κυριακή στις 13:00-14:00, στο ραδιοφωνικό σταθμό Alpha 98,9.

Συμμετοχή ΕΙΕΠ σε Επιστημονικές Εκδηλώσεις

Η ΕΙΕΠ με γνώμονα τη συνεχή επιμόρφωση των επαγγελματιών υγείας, έχοντας αναπτύξει συνεργασίες με Επιστημονικές Εταιρείες ώστε να επιτυγχάνεται ο στόχος της να συζητείται το θέμα της παχυσαρκίας και σε άλλους επιστημονικούς φορείς, συμμετείχε στις παρακάτω επιστημονικές εκδηλώσεις:

Πανελλήνιο Συνέδριο Δημόσιας Υγείας 2022, 28/2-2/3/2022, Royal Olympic, Αθήνα

Στο πλαίσιο του Πανελληνίου Συνεδρίου Δημόσιας Υγείας 2022, την Τετάρτη 2 Μαρτίου, η Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας διοργάνωσε συνεδρία με θέμα «Η επιδημία της παχυσαρκίας, ένα αυξανόμενο πρόβλημα δημόσιας υγείας». Η ΕΙΕΠ συμμετείχε με ομιλία του μέλους του Δ.Σ. κ. Χ. Γαλανάκη, με θέμα: «Υπάρχει ανάγκη για θεραπευτικό πρωτόκολλο για την παχυσαρκία; Ο ρόλος του ιατρού πρώτης επαφής και της Π.Φ.Υ.».

https://www.events-free-spirit.gr/dimosias-ygeias-2022

Ημερίδα της Διαρκούς Επιτροπής Κοινωνικών Υποθέσεων της Βουλής των Ελλήνων

«Από την Παιδική Παχυσαρκία στην Επιδημία της Παχυσαρκίας», Αίθουσα Γερουσίας Βουλής, Πέμπτη 17 Μαρτίου 2022

Η ΕΙΕΠ συμμετείχε στην Ημερίδα «Από την Παιδική Παχυσαρκία στην Επιδημία της Παχυσαρκίας» με ομιλία του Γενικού Γραμματέα, κ. Ε. Καπάνταη με θέμα: «Ο έλεγχος και η διαχείριση της παχυσαρκίας: μέτρα και παρεμβάσεις». Ο κ. Καπάνταης πρότεινε μέτρα και παρεμβάσεις άμεσα εφαρμόσιμες, τόσο σε ατομικό όσο και κοινωνικό επίπεδο, για την σφαιρική αντιμετώπιση της παχυσαρκίας στους τρεις βασικούς άξονες: α) για άτομα με φυσιολογικό βάρος ώστε να μην γίνουν παχύσαρκα και τα παχύσαρκα να μην αυξάνουν το βαθμό παχυσαρκίας τους β) για τα παχύσαρκα άτομα ώστε να επιτύχουν απώλεια βάρους γ) για να διατηρήσουν τα άτομα το χαμηλότερο βάρος μετά την απώλεια βάρους, καθώς και για την αντιμετώπιση των επιπτώσεων του υπερβολικού βάρους. Οι προτεινόμενες παρεμβάσεις αφορούν τα παιδιά, τους εφήβους και τους ενήλικες και στόχο έχουν να βελτιώσουν την ποιότητα αλλά και να αυξήσουν την ποσότητα της ζωής των Ελλήνων πολιτών, αλλά κυρίως αφορούν τις απαραίτητες ενέργειες της πολιτείας για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας. Σημαντικές οι

εισηγήσεις όλων των ομιλητών. Παρόντες ήταν εκπρόσωποι της Πολιτείας, της επιστημονικής κοινότητας, πανεπιστημίων κ.ά.

Στη δευτερολογία του ο κ. Καπάνταης τόνισε τη σημασία όχι μόνο της πρόληψης αλλά και της θεραπευτικής αντιμετώπισης του αυξημένου βάρους σε βάθος χρόνου με τη διατροφή, την άσκηση, τη φαρμακευτική αγωγή -που πλέον είναι ασφαλέστερη από το παρελθόν- και όπου ενδείκνυται, με την μεταβολική χειρουργική, όπως λέγονται πλέον τα βαριατρικά χειρουργεία. Τόνισε πως σε απώλεια βάρους κατά 10% όλες οι νοσογόνες καταστάσεις που σχετίζονται με την παχυσαρκία βελτιώνονται. Επίσης, με τη μεταβολική χειρουργική τα άτομα όχι μόνο χάνουν βάρος, αλλά είναι ιδιαίτερα σημαντικό ότι βελτιώνουν όλα τα μεταβολικά τους προβλήματα, όπως για παράδειγμα εμφανίζουν ύφεση του διαβήτη σε ποσοστό έως 85% περίπου. Αυτό σημαίνει και σημαντική μείωση του κόστους για το Εθνικό Σύστημα Υγείας. Επίσης, ιδιαίτερη σημασία έχει η εκπαίδευση των γιατρών, των επαγγελματιών υγείας και κυρίως η εμπέδωση της αντίληψης από τους συμπολίτες μας ότι η παχυσαρκία είναι νόσος και ως νόσος πρέπει να αντιμετωπίζεται επιστημονικά-ιατρικά.

Όλη την ομιλία και τη δευτερολογία του κ. Καπάνταη μπορείτε να την παρακολουθήσετε από την ιστοσελίδα της ΕΙΕΠ www.eiep.gr και στο facebook https://www.facebook.com/eiephmao.

Συμμετοχή ΕΙΕΠ σε Επιστημονικές Εκδηλώσεις

Summit για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας, Συμμαχία για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας, Τρίτη 12 Απριλίου 2022, Φάρος, Κέντρο Πολιτισμού, Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος

Την Τρίτη 12 Απριλίου 2022, από τις 9:00 έως τις 18:30, στο Κέντρο Πολιτισμού - Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος διοργανώθηκε ένα Summit για την καταπολέμηση της παχυσαρκίας με τη συμμετοχή όλων των συντελεστών της Συμμαχίας για την Καταπολέμηση της Παχυσαρκίας, και προσκεκλημένους από την Ελλάδα, το εξωτερικό και το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο. Στόχοι του Summit ήταν να δημοσιοποιήσει ευρύτερα τη συζήτηση για την αναγκαιότητα αναγνώρισης της νόσου της παχυσαρκίας και να συμβάλει στην ανάπτυξη ενός εθνικού σχεδίου δράσης για την πρόληψη και αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, με διεπιστημονική και διατομεακή προσέγγιση, και τις κατάλληλες παρεμβάσεις. Η εκδήλωση ήταν υπό την αιγίδα του Υπουργείου Υγείας. Ο Γενικός Γραμματέας της ΕΙΕΠ κ. Ε. Καπάντης συμμετείχε στο προεδρείο της έναρξης και των χαιρετισμών, στο προεδρείο της 1ης συνεδρίας με θέμα: «Η καταπολέμηση της παχυσαρκίας» και στο προεδρείο της 2ης συνεδρίας με θέμα: «Το πρόβλημα της παχυσαρκίας: Τεκμηρίωση». Ο Αντιπρόεδρος της ΕΙΕΠ, καθ. Α. Κόκκινος, συμμετείχε στην συνεδρία με θέμα:

«Παθογένεια της παχυσαρκίας, συννοσηρότητες & επιπλοκές: Ανάγκη για διεπιστημονική προσέγγιση». Περισσότερες πληροφορίες https://projector-web.gr/Mindview/gr/obesity-summit

Παρουσίαση του Σχεδίου Δράσης για τη Δημόσια Υγεία στον 21ο Αιώνα, Τρίτη 12 Απριλίου 2022, Μέγαρο Μουσικής Αθηνών

Το Ίδρυμα Μποδοσάκη διοργάνωσε εκδήλωση για την Παρουσίαση του Σχεδίου Δράσης για τη Δημόσια Υγεία στον 21ο Αιώνα, στο πλαίσιο της Πρωτοβουλίας 1821-2021, υπό την αιγίδα της Προέδρου της Δημοκρατίας, στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, την Τρίτη 12 Απριλίου στις 19:30. Το Σχέδιο Δράσης εκπονήθηκε από 50μελή Επιστημονική Επιτροπή με Πρόεδρο τον κ. Άγι Τσουρό, πρώην Διευθυντή Πολιτικής και Διακυβέρνησης για την Υγεία στον Π.Ο.Υ. Ευρώπης, και Αντιπροέδρους τον αείμνηστο Γιάννη Κυριόπουλο, Ομότιμο Καθηγητή Οικονομικών της Υγείας και τον κ. Γιώργο Χρούσο, Ομότιμο Καθηγητή Παιδιατρικής και Ενδοκρινολογίας, Ιατρική Σχολή Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών. Την ΕΙΕΠ εκπροσώπησε ο Γενικός Γραμματέας κ. Ε. Καπάντης.

34ο Πανελλήνιο Συνέδριο της Ελληνικής Εταιρείας Γενικής/Οικογενειακής Ιατρικής (ΕΛΕΓΕΙΑ), 5-8 Μαΐου 2022, Σύρος

Η ΕΙΕΠ θα συμμετάσχει στις εργασίες του 34ου Πανελληνίου Συνεδρίου της ΕΛΕΓΕΙΑ, με διάλεξη του κ. Γ. Γεωργαντόπουλου με θέμα: «Παρακολούθηση και τροποποίηση της υγιεινοδιαιτητικής συμπεριφοράς: Γνωσιακή - Συμπεριφορική οπτική» και προεδρείο τον κ. Λ. Λαναρά. Επίσης ο Πρόεδρος της ΕΙΕΠ θα συμμετάσχει στην Επιστημονική Επιτροπή του 34ου Πανελληνίου Συνεδρίου της ΕΛΕΓΕΙΑ.

20ο Πανελλήνιο Συνέδριο της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρείας, 18-21 Μαΐου 2022, Ξενοδοχείο Divani Caravel, Αθήνα

Η συμμετοχή της ΕΙΕΠ αφορά σε Στρογγυλό Τραπέζι με την ακόλουθη σύνθεση και θεματολογία και προεδρείο τον κ. Λ. Λαναρά:

- Η υποθαλαμική φλεγμονή ως κοινός κεντρικός παθοφυσιολογικός μηχανισμός στην εκδήλωση της παχυσαρκίας και του Σακχαρώδους Διαβήτη, Γ. Βαλσαμάκης
- Προσαρμογές των β-κυττάρων του παγκρέατος σε αύξηση του σωματικού βάρους, Ε. Καπάντης
- Μελλοντικές πιθανές μη παρεμβατικές προσεγγίσεις για την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας, Α. Κόκκινος

Διεθνείς Δράσεις ΕΙΕΠ

Επιστολή Ελληνικής Ιατρικής Εταιρείας Παχυσαρκίας & World Obesity Federation στον Υπουργό Υγείας

Η ΕΙΕΠ, ως μέλος του World Obesity Federation, συμμετείχε τον Ιανουάριο στην πρωτοβουλία όλων των κρατών-μελών του για αποστολή επιστολής στους Υπουργούς Υγείας με την προτροπή ανάληψης δράσης εν όψει της συνεδρίασης του Εκτελεστικού Συμβουλίου του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Π.Ο.Υ.), για να υπάρξει υποστήριξη της εφαρμογής βιώσιμων κατευθυντήριων οδηγιών διαχείρισης της παχυσαρκίας και τη δημιουργία ενός Παγκοσμίου Σχεδίου Δράσης για την Παχυσαρκία. Είναι σημαντικό να ληφθεί υπόψη ότι η παχυσαρκία είναι ο δεύτερος σημαντικότερος προγνωστικός παράγοντας, μετά την ηλικία, για αυξημένες επιπλοκές και αυξημένη θνησιμότητα από την COVID-19 και είναι ένα από τα μεγαλύτερα παγκόσμια προβλήματα υγείας που αντιμετωπίζουμε σήμερα. Περισσότεροι από 800 εκατομμύρια άνθρωποι παγκοσμίως είναι παχύσαρκοι, και 1 δισεκατομμύριο κινδυνεύουν να γίνουν υπέρβαροι ή παχύσαρκοι. Έως το 2030 προβλέπεται ότι 254 εκατομμύρια παιδιά μεταξύ 5 και 19 ετών, θα είναι παχύσαρκα. Όλα αυτά, καθώς και άλλα στοιχεία που καταγράφουν τη ραγδαία αύξηση των παγκοσμίων και των ελληνικών ποσοστών παχυσαρκίας, υπογραμμίζουν, περισσότερο από ποτέ, τη σαφή ανάγκη δράσης για την παχυσαρκία σε παγκόσμιο επίπεδο και την επείγουσα ανάγκη για ένα σχέδιο δράσης του Π.Ο.Υ. για την παχυσαρκία.

Editor-in-Chief of Obesity Reviews and Clinical Obesity, World Obesity Federation

Κατόπιν πρόσκλησης του World Obesity Federation προς τα μέλη του, με την οποία αναζητούνται αρχισυντάκτες για τα δύο διεθνή περιοδικά, ο κ. Γ. Βαλσαμάκης, μέλος του Δ.Σ. της ΕΙΕΠ, έθεσε υποψηφιότητα για την αρχισυνταξία στα Obesity Reviews and Clinical Obesity, τον Μάρτιο 2022.

European Association for the Study of Obesity (EASO), 2022 General Council meeting, 5 May 2022, & Policy Session, 3 May 2022, Maastricht.

Ο Αντιπρόεδρος της ΕΙΕΠ κ. Α. Κόκκινος θα συμμετάσχει στη συνεδρίαση του Γενικού Συμβουλίου της EASO στις 5 Μαΐου 2022 καθώς και στις εργασίες του Policy Session Workshop, στις 3 Μαΐου 2022, που στόχο έχει την ανάπτυξη και την εφαρμογή εθνικών σχεδίων δράσεων και στρατηγικών για την αντιμετώπιση της παχυσαρκίας. Επίσης, ο κ. Κόκκινος θα έχει συναντήσεις με εκπροσώπους του World Obesity Federation και τον Πρόεδρο του WOF, John Wilding. Παράλληλα ο κ. Κόκκινος θα παρακολουθήσει τις εργασίες του ECO2022, που θα διεξαχθεί από τις 4 έως τις 7 Μαΐου 2022, στο Μάαστριχτ.

Αιγίδα στο 28ο Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας (Ε.Σ.Φ.Ι.Ε.) &16ο Διεθνές Forum Φοιτητών Ιατρικής και Νέων Ιατρών, 13-15 Μαΐου 2022

Η ΕΙΕΠ έθεσε υπό την αιγίδα της το 28ο Ε.Σ.Φ.Ι.Ε. που διοργανώνει το Παράρτημα Αθηνών της Επιστημονικής Εταιρείας Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας (Ε.Ε.Φ.Ι.Ε.), στις 13-15/5/2022 στο ξενοδοχείο Crowne Plaza στην Αθήνα. Το Επιστημονικό Συνέδριο Φοιτητών Ιατρικής Ελλάδας (Ε.Σ.Φ.Ι.Ε.) διοργανώνεται κάθε χρόνο και αποτελεί τη σημαντικότερη διοργάνωση της Ε.Ε.Φ.Ι.Ε. με τη συμμετοχή περισσοτέρων από 1.800 φοιτητών από όλες τις Ιατρικές Σχολές της Ελλάδας και από μη ιατρικά αλλά παρεμφερή τμήματα, καθώς και καθηγητών από όλη την επικράτεια.

Προσεχή Διεθνή Συνέδρια

International Conference on Advanced Technologies and Treatments of Diabetes (ATTD) 2022, 27-30 April 2022, Barcelona, Hybrid Meeting

https://attd.kenes.com/

Obesity Medicine Conference, 27 April-1 May 2022, Atlanta

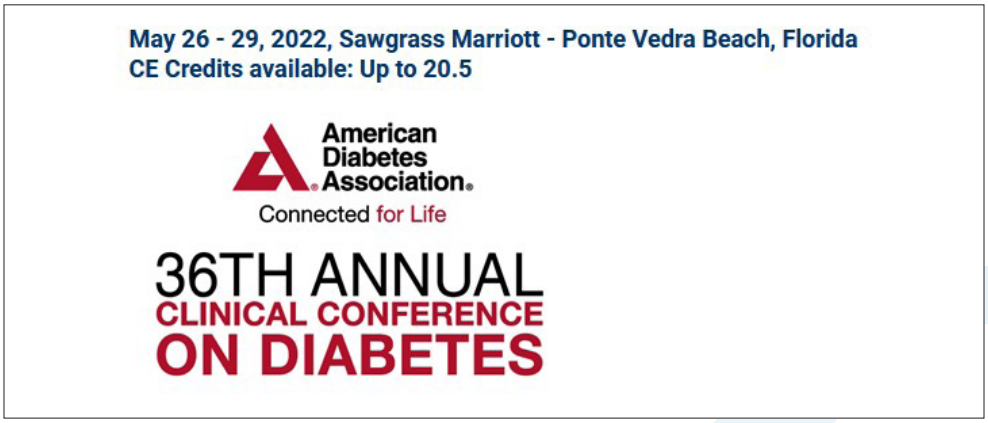
https://obesitymedicine.org/spring/

29th annual European Congress on Obesity 2022, EASO-IFSO, 4-7 May 2022, Maastricht, Hybrid Event

https://zoomforward22.org/

Προσεχή Διεθνή Συνέδρια

90th European Atherosclerosis Society (EAS) Congress, 22-25 May 2022, Milan, Hybrid Congress
https://eas-congress.com/2022/



36th Annual Clinical Conference on Diabetes, ADA, 26-29 May 2022, Florida
https://professional.diabetes.org/meeting/other/36th-annual-clinical-conference-diabetes

82nd Scientific Sessions, 3-7 June 2022, New Orleans, Hybrid Event
https://professional.diabetes.org/scientific-sessions

HELLENIC MEDICAL ASSOCIATION FOR OBESITY

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ

ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Πρόεδρος
Λεωνίδας Λαναράς

Αντιπρόεδρος
Αλέξανδρος Κόκκινος

Γεν. Γραμματέας
Ευθύμιος Καπάνταης

Ταμίας
Πωλ Φαρατζιάν

Μέλη
Γεώργιος Βαλσαμάκης
Χρήστος Γαλανάκης
Γεώργιος Γεωργαντόπουλος

εξελίξεις ΣΤΗΝ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΙΑΤΡΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑΣ
Περιοδική τριμηνιαία επιστημονική έκδοση
Υπεύθυνη έκδοσης του τεύχους: Γιούλη Αργυρακοπούλου
Λ. Κηφισίας 46, 115 26 Αθήνα | Τ. 210 698 5987-8, Φ. 210 698 5986 | info@eiep.gr, www.eiep.gr